

“00后”少数民族大学生人际交往现状调查与干预研究

游媛¹ 李迅²

(1. 成都纺织高等专科学校建环学院, 四川 成都 611731

2. 成都市射击射箭运动学校, 四川 成都 610066)

摘要: 使用《人际关系综合诊断量表》《社交回避及困扰量表》分别对312名“00后”少数民族大学生进行问卷调查。对结果进行分析发现当代少数民族大学生人际交往特点及存在一定程度的困扰。制定团体心理辅导方案, 对实验组20名“00后”少数民族大学生进行连续6周, 每周一次干预。控制组20名“00后”少数民族大学生仅进行常态化学习。研究结果表明: 团体心理辅导对少数民族大学生的干预更加有效, 对其人际交往有改善和提升的作用。

关键词: “00后”少数民族大学生; 人际交往; 团体心理辅导

一、问题提出

埃里克森的人格发展论中, 18—30岁青年人处在亲密对孤独的发展阶段, 由于已逐步开始社会化, 需要与他人建立关系, 如果发展不顺利, 就会感到孤独, 产生不愿意与人亲近的孤独感。当代的“00后”大学生们就处在这个发展阶段, 非常渴望人际交往。良好的人际关系在大学生健全人格的养成过程中发挥着重要的作用。当大学生走入社会, 将成为国家建设的重要力量, 他们的人际交往能力、交往质量以及人际关系状态将直接影响着他们未来学习、生活及就业发展情况。

随着我国高等教育事业和民族教育事业的蓬勃发展, 越来越多的少数民族地区的青年有了步入高校接受教育与培养的机会。由于语言、风俗习惯等不同, 许多少数民族大学生不能很好地处理人际交往问题, 常常会因为交往失败而引起心理问题。已有的关于大学生人际交往的研究主要集中在汉族学生的人际交往上, 而对于大学少数民族学生的关注相对较少。本研究主要聚焦“00后”当代少数民族大学生的人际交往现状, 并探索改善和提升的途径和方法。

二、研究方法

本研究主要分为两个部分: 第一部分是问卷调查, 第二部分是干预实验。

(一) 问卷调查

1. 过程。采用方便取样调查法, 对四川省内5所本专科高校发放《人际关系综合诊断量表》《社交回避及困扰量表》, 调查对象为各个年级, 彝族、藏族、羌族、壮族、苗族、回族等13个少数民族大学生。回收有效问卷共计312份。《人际关系综合诊断量表》总分在0—8分, 说明与朋友相处上困扰较少; 9—14分, 存在一定程度的困扰; 15—28分, 存在较严重的困扰, 超过20分表示心理上存在较明显的障碍。该量表分为: 交谈方面行为困扰、交际方面困扰、待人接物方面困扰、与异性相处交往困扰4个维度, 每个维度得分在6分以上, 表明较缺乏相应能力, 存在较严重困扰。《社交回避及困扰量表》总分低于13分, 说明个体表现正常, 不存在相关方面问题; 13—18分, 说明可能存在一定程度的问题; 18分以上, 说明存在较严重的问题。该量表分为回避、焦虑2个维度, 分数低于8分正常, 8—11分存在一定问题, 在11分以上说明存在较严重问题。

2. 结果。采用SPSS10.0进行数据处理, 采用描述统计、独立样本t检验、配对样本t检验, 结果显示如下:

(1) 《人际关系综合诊断量表》总分在9分以上的比例是28.8%, 其中15分以上的有5人; 在总分、交谈方面行为困扰和交际方面困扰2个维度得分上存在统计学意义显著的性别差异, 女生得分高于男生, 具体如表1所示:

表1 《人际关系综合诊断量表》性别比较

	总分	交谈行为困扰	交际方面困扰	待人接物的困扰	与异性交往的困扰
男生	4.69 ± 5.08	1.18 ± 1.54	1.57 ± 1.85	0.62 ± 0.96	1.27 ± 1.51
女生	6.98 ± 5.27	1.97 ± 1.87	2.76 ± 2.03	0.66 ± 0.99	1.49 ± 1.48
t	3.848	4.076	5.298	0.306	1.263
P	0.0000***	0.000***	0.000***	0.760	0.207

*表示 P<0.05, **表示 P<0.01, ***表示 P<0.001

(2) 《社交回避及困扰量表》总分在13—18分的比例为30%, 得分在18分以上的比例为18.5%; 回避维度得分8—11分的比例为20.8%, 11分以上的比例为9.9%; 焦虑维度得分8—11分的比例为21.3%, 11分以上的比例为11.1%。不存在统计学意义上显著的性别差异。

(二) 干预实验

在问卷调查的基础上, 面向得分较高的成都纺织高等专科学校少数民族大学生发出招募令, 共招募40名被试。随机将被试分为实验组和控制组各20名, 实验组男生7名, 女生13名; 控制组男生8名, 女生12名。对控制组开展人际交往基本理论知识常态学习, 对实验组开展连续6周共计6次主题为《浇灌人际交往之花》团体心理辅导。所有被试身体健康, 精神状态良好, 自愿参加并签订活动协议。本研究对控制组和实验组同时进行前后测, 并进行统计分析, 验证干预的有效性。班级辅导员担任控制组常态学习指导老师, 本人担任实验组团体心理辅导老师。

1. 团辅设计。团体心理辅导围绕激发少数民族大学生人际动机、增强自我和团队意识、调节人际情绪、培养人际交往优秀心理品质4个方面进行方案设计, 主要采用小组活动的方式, 运用绘画、音乐和沙盘游戏等心理技术。

2. 干预结果。使用《人际关系综合诊断量表》《社交回避及困扰量表》在控制组接受干预前一周进行前测, 在结束干预后一周进行后测。采用配对样本t检验, 对前后测分数进行差异性检验。

(1) 控制组《人际关系综合诊断量表》后测总分低于前测, 与前测得分存在显著差异(P<0.05), 交谈方面行为困扰维度得

分存在显著差异 ($P<0.05$), 其余三个维度得分不存在显著差异。控制组《社交回避及烦恼量表》后测总分得分低于前测, 与前测得分存在显著差异 ($P<0.05$), 两个维度得分不存在显著差异。具体结果见表 2:

表 2 控制组前后测得分的差异显著性检验 ($M \pm SD$)

项目	前测 (n=20)	后测 (n=20)	t	P
《人际关系综合诊断量表》总分	9.95 ± 2.49	8.90 ± 2.49	2.146	0.045*
交谈方面行为困扰	3.10 ± 1.02	2.80 ± 0.95	2.348	0.030*
交际方面困扰	2.95 ± 0.83	2.65 ± 1.04	2.042	0.055
待人接物方面困扰	1.80 ± 1.85	1.85 ± 0.75	-0.188	0.853
与异性相处交往困扰	1.95 ± 0.95	1.60 ± 1.19	1.584	0.130
《社交回避及烦恼量表》总分	20.60 ± 3.05	20.10 ± 2.85	2.517	0.021*
回避得分	10.60 ± 2.09	10.15 ± 1.98	1.443	0.165
苦恼得分	9.95 ± 2.06	9.90 ± 1.97	0.237	0.815

* 表示 $P<0.05$, ** 表示 $P<0.01$, *** 表示 $P<0.001$

(2) 实验组《人际关系综合诊断量表》后测总分低于前测, 与前测得分存在非常显著的差异 ($P<0.001$); 在交谈方面行为困扰、交际方面困扰两个维度上, 后测得分低于前测, 且存在非常显著的差异 ($P<0.001$); 与异性相处交往困扰维度上, 后测分数低于前测,

表 4 控制组与实验组前后测得分的差异显著性检验 ($M \pm SD$)

项目	控制组 (n=20)	实验组 (n=20)	t	P
《人际关系综合诊断量表》前测总分	9.95 ± 1.932	10.90 ± 1.714	-1.560	0.135
《社交回避及烦恼量表》前测总分	20.60 ± 3.05	20.25 ± 2.17	0.440	0.665
《人际关系综合诊断量表》后测总分	8.90 ± 2.490	7.20 ± 2.308	2.074	0.055
《社交回避及烦恼量表》后测总分	20.10 ± 2.85	14.70 ± 2.85	6.194	0.000***

* 表示 $P<0.05$, ** 表示 $P<0.01$, *** 表示 $P<0.001$

三、分析讨论

本研究中, 少数民族女大学生的人际交往困扰得分大于男大学生, 且存在显著差异。这与卢勤等人的研究调查结果一致, 在人际关系维度上男性得分显著高于女性, 差异的主要表现在该维度热情小因子上, 男性比女性更热情, 这可能是影响女生在人际交往行为和交际表现的主要原因。另外, 中国传统教育中主张男性应该比女性更加宽宏大量、热情主动, 女性较男性情感更加敏感, 导致在人际交往中感知到的困扰更加明显。少数民族大学生在社交回避和焦虑的得分较高, 以往研究也表明少数民族大学生因缺乏交往态度和技巧上存在不足, 造成他们既渴望交往又害怕交往的心理困扰。本研究采取两种方式进行干预, 常态化学习和团体心理辅导, 结果显示两种方式均有不同程度的改善效果, 这进一步证实人际交往是可以通过后天训练习得而完成改善和提升的。团体心理辅导的干预结果好于常态化学习, 且存在非常显著的差异。这与以往大量研究结果一致, 团体心理辅导对大学生人际交往能力的改善和提升是有效的, 本研究进一步证明团体心理辅导对少数民族大学生同样有效。

四、研究结论

通过研究, 得到以下结论:

(1) 人际交往基本理论知识常态化学习对少数民族大学生改善

且存在显著差异 ($P<0.05$); 待人接物方面困扰维度不存在显著差异。实验组《社交回避及烦恼量表》后测总分低于前测, 与前测得分存在非常显著的差异 ($P<0.001$); 回避和焦虑两个维度上后测得分均低于前测, 且存在非常显著的差异 ($P<0.001$)。具体结果见表 3。

表 3 实验组前后测得分的差异显著性检验 ($M \pm SD$)

项目	前测 (n=20)	后测 (n=20)	t	P
《人际关系综合诊断量表》总分	10.90 ± 1.71	7.20 ± 2.31	6.574	0.000**
交谈方面行为困扰	3.60 ± 0.69	2.30 ± 1.08	4.333	0.000***
交际方面困扰	3.45 ± 0.89	2.20 ± 1.06	4.324	0.000***
待人接物方面困扰	1.50 ± 1.24	1.05 ± 1.19	1.124	0.275
与异性相处交往困扰	2.55 ± 1.36	1.50 ± 1.19	2.540	0.020*
《社交回避及烦恼量表》总分	20.25 ± 2.17	14.70 ± 2.85	7.670	0.000***
回避得分	10.10 ± 1.55	7.60 ± 1.57	3.282	0.000***
焦虑得分	10.15 ± 1.46	10.15 ± 2.15	5.860	0.000***

* 表示 $P<0.05$, ** 表示 $P<0.01$, *** 表示 $P<0.001$

(3) 干预前控制组和实验组具有同质性, 干预后实验组《社交回避及烦恼量表》得分低于控制组, 比较两组得分存在非常显著的差异 ($P<0.001$)。

人际交往能力有显著效果。

(2) 团体心理辅导对少数民族大学生改善和提升人际交往能力有非常显著的效果, 并在较多维度上同样非常显著。

(3) 团体心理辅导方式与人际交往基本理论知识常态化学习方式相比较, 前者更加有效。

(4) 团体心理辅导适用于改善和提升“00”后少数民族大学生人际交往能力。

参考文献:

- [1] 马富春. 高校大学生人际交往存在的问题及解决对策 [J]. 国际公关, 2021 (03): 126-127.
- [2] 卢勤, 黄丽珊. 大学生人格维度上的性别差异研究 [J]. 西南民族大学学报 (人文社科版), 2005 (02): 370-373.
- [3] 黄竹. 少数民族大学生人际关系素质现状调查与分析 [J]. 民族教育, 2005 (05): 35-40.

系“四川省教育厅 四川高校心理健康教育培训基地研究课题 (项目批准号 2021SXJP037) 研究成果”资助